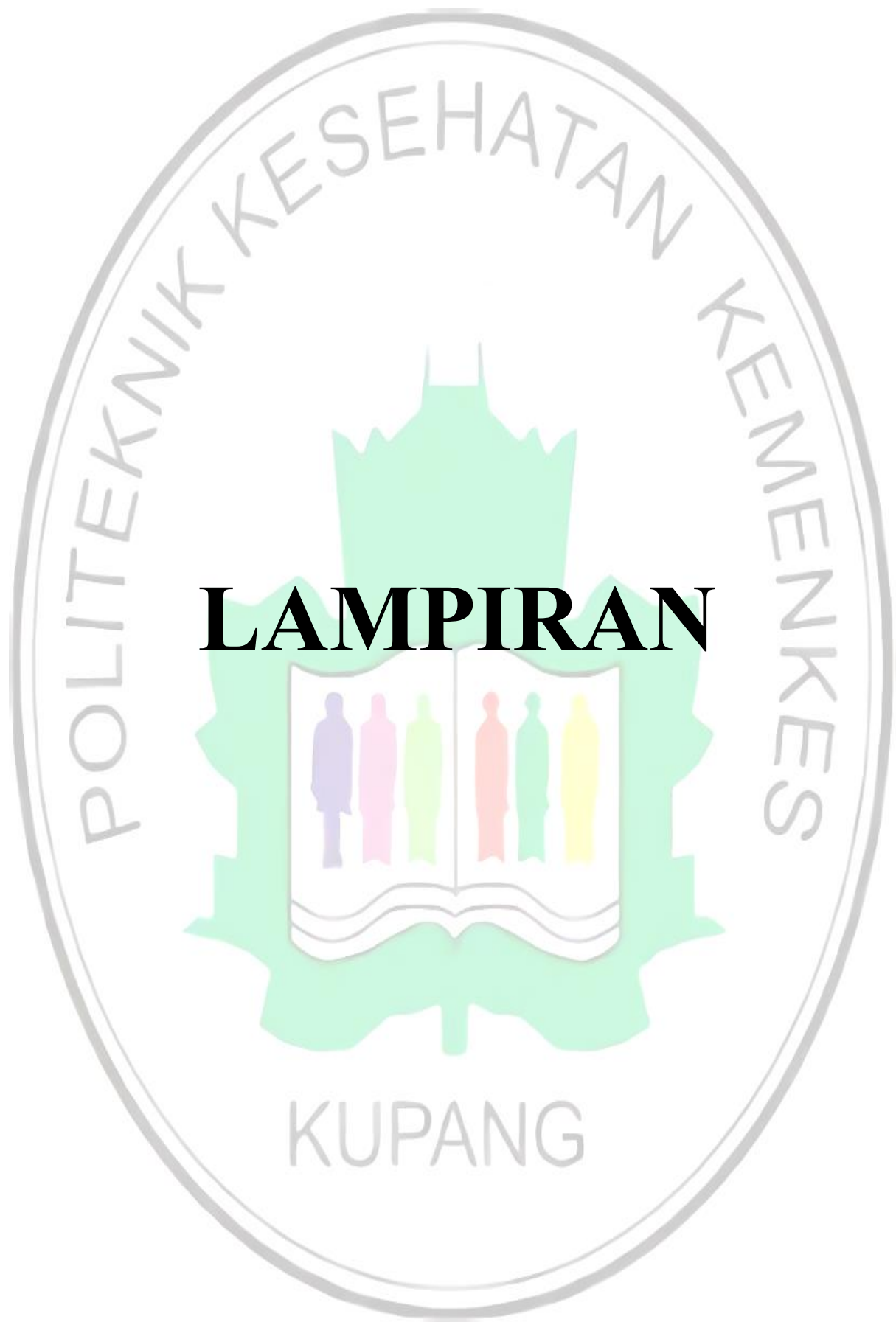




LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG Jln. Piet A. Tallo Liliba – Kupang, Telp. : (0380) 8800256 Fax. (0380) 8800256; Email: poltekkeskupang@yahoo.com	
---	---	---

Nomor : PP.08.02/F.XXXVII/20.4/	/2024	10 Januari 2024
Hal : Permohonan Data Awal		

Yang terhormat
Direktur RSUD Waikabubak
di-
 Tempat

Sehubungan dengan akan dilaksanakan penyusunan karya tulis ilmiah oleh Mahasiswa D.III Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Waikabubak Tahun Akademik 2023/2024, maka kami mohon bapak berkenan membantu mahasiswa kami atas nama:

Nama	: Ferdinandus Kaleka Bili
NIM	: PO5303212210292
Judul	: Implementasi Terapi Relaksasi Nafas Dalam pada Pasien PPOK dengan Kecemasan di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat.

Untuk memfasilitasi mahasiswa/i kami dalam pengambilan data awal yang berkaitan dengan Jumlah Pasien PPOK 2020 – 2023 di RSUD Waikabubak.

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya disampaikan terima kasih.

Ketua Prodi D III Keperawatan
Waikabubak


Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP. 197508102001122001



PPOK (PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS)												
CODE ICD-10 PPOK	DIAGNOSIS	RAWAT JALAN (R.J)					RAWAT INAP (RI)					TOTAL RJ +RI
		2020	2021	2022	2023	JUMLAH	2020	2021	2022	2023	JUMLAH	
J44.0	Chronic obstructive pulmonary disease with acute lower	5	4	0	0	9	10	12	17	0	39	48
J44.1	Chronic obstructive pulmonary disease with acute exacer	21	15	22	1	59	5	15	6	5	31	90
J44.9	Chronic obstructive pulmonary disease, unspecified	57	32	49	12	150	0	9	8	0	17	167
TOTAL PPOK		83	51	71	13	218	15	36	31	5	87	305

PPOK (PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS)												
CODE ICD-10 PPOK	DIAGNOSIS	RAWAT JALAN (RJ)					RAWAT INAP (RI)					TOTAL RJ + RI
		2020	2021	2022	2023	JUMLAH	2020	2021	2022	2023	JUMLAH	
J44.0	Chronic obstructive pulmonary disease with acute lower	5	4	0	0	9	10	12	17	0	39	48
J44.1	Chronic obstructive pulmonary disease with acute exacer	21	15	22	1	59	5	15	6	5	31	90
J44.9	Chronic obstructive pulmonary disease, unspecified	57	32	49	12	150	0	9	8	0	17	167
TOTAL PPOK		83	51	71	13	218	15	36	31	5	87	305

Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Dari Institusi

	Kementerian Kesehatan
	Jalan Piet A, Tallo, Liliha, Oebobo, Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111 Telp: (0180) 8800256 Email: https://poltekkeskupang.ac.id
Nomor : PP.08.02/F.XXXVII/2795/2024	18 April 2024
Hal : Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa	
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Sumba Barat di Tempat	
Sehubungan dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) oleh Mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Waikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program Pendidikan Ahli Madya Keperawatan Waikabubak, maka dengan ini kami mohon kiranya diberikan ijin untuk melaksanakan penelitian kepada mahasiswa (daftar nama terlampir) :	
Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.	
Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang,	
	
Irfan, SKM., M.Kes	
Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://whs.kemkes.go.id . Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman https://www.kemkes.go.id	
	
Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN	

Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian Dari Penanaman Modal Terpadu Satu Pintu



PEMERINTAH KABUPATEN SUMBA BARAT
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 Jalan Weekarou Nomor : - Waikabubak
 Telepon / Faks : (0387) 2525264 email : dpmptsp.sbkb@gmail.com

SURAT IZIN PENELITIAN
 NOMOR : DPMPTSP. 243.4/67/53.12/05/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dedy Suyatno, S.TP
 Jabatan : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
 Kabupaten Sumba Barat

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

No	Nama	NIM	Judul Karya Tulis	Tempat Penelitian	Waktu Penelitian
1.	Merlin Ana S. Poro	PO5303212210267	Implementasi Pemberian Inhalasi Uap Untuk Mengurangi Sesak Pada Anak dengan Asma Di Ruang Anak RSUD Waikabubak Tahun 2024	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
2.	Dolorens Astuti	PO5303212210243	Implementasi Kompres Hangat Untuk Menurunkan Suhu Tubuh Pada Anak Dengan Masalah Demam Tipoid Di Ruang Anak RSUD Waikabubak Tahun 2024	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
3.	Sandi Dimu	PO5303212210314	Implementasi Massage Payudara Pada Ibu Post Partum Untuk Meningkatkan Produksi ASI (Air Susu Ibu) Di Ruang Nifas RSUD Waikabubak	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
4.	Ferdinandus Kaleka Bili	PO5303212210292	Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien PPOK Dengan Kecemasan di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
5.	Deberlian Fitriningsi Rambli	PO5303212210287	Implementasi Terapi Hipnosis Lima Jari Pada Pasien Hipertensi Dengan Ansietas di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
6.	Cridayati L. Taka	PO5303212210239	Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Gangguan Kecemasan di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
7.	Fandi Wee Kirri	PO5303212210350	Implementasi Terapi Kognitif Perilaku Pada Pasien Tuberkulosis Untuk Menurunkan Ketidakterdayaan di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024

8.	Maria Ema Cuanita Fransina Sakan	PO5303212210195	Implementasi Terapi Hipnosis Pada Pasien Pneumonia Untuk Menurunkan Kecemasan di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024
9.	Apliana Depa Ngara	PO5303212210339	Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Kecemasan di Ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat	RSUD Waikabubak	06 Mei - 06 Juni 2024

Jurusan/Prodi : Keperawatan

Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

Dengan ketentuan yang harus ditaati sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Camat/Lurah/Kepala Desa setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
2. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah/wilayah/lokus penelitian;
3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik/judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
4. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Bupati Sumba Barat Cq.Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Sumba Barat;
5. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu – waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Waikabubak, 06 Mei 2024

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KABUPATEN SUMBA BARAT,

DEDY SUYATNO, S.TP

PEMBINA UTAMA MUDA – IV/c

NIP. 19670531 199903 1 003

Tembusan :

1. Bupati Sumba Barat di Waikabubak;
2. Wakil Bupati Sumba Barat di Waikabubak;
3. Sekretaris Daerah Kabupaten Sumba Barat di Waikabubak;
4. Kepala Badan Kesbangpol Kabupaten Sumba Barat di Waikabubak ;
5. Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan;
6. Yang bersangkutan di tempat.

Lampiran 5 Surat Keterangan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SUMBA BARAT
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH WAIKABUBAK
Jln. Adhyaksa Km.3 Waikabubak, Provinsi Nusa Tenggara Timur
No.Telp/Fax:(0387) 21701, email: mail@rsudwaikabubak.com



SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR: P. 329 /RSUD.445/53.12/05/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : dr.Japendi R.P Saragih, Sp.A.,M.Biomed
NIP : 197611132005011005
Pangkat/ Gol.Ruang : Pembina – IV/a
Jabatan : Direktur
Unit Kerja : RSUD Waikabubak

Dengan ini memberikan ijin penelitian kepada:

Nama : Ferdinandus K. Bili
Nim : PO5303212210292
Jabatan : Mahasiswa
Instansi / Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian dengan rincian sebagai berikut:

Judul Penelitian : Implementasi terapi TelaksasiNapas Dalam pada Pasien
PPOK dengan Kecemasan di Ruang Interna RSUD
Waikabubak Kabupaten Sumba Barat.

Lokasi Penelitian : RSUD Waikabubak
Jumlah : 1 Orang
Waktu Pelaksanaan : 16 Mei – 18 Mei 2024

Dengan Ketentuan yang harus ditaati sebagai berikut:

1. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di RSUD Waikabubak;
2. Telah mendapatkan ijin dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu;
3. Menjaga kerahasiaan dan keamanan data rumah sakit;
4. Menyelesaikan segala administrasi yang telah ditetapkan;
5. Surat izin penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak menaati ketentuan yang berlaku.

Demikian izin penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Waikabubak, 22 Mei 2024

DIREKTUR RSUD WAIKABUBAK,

dr. JAPENDI R.P SARAGIH, Sp.A.,M.Biomed

PEMBINA – IV/a

NIP. 197611132005011005

Tembusan:

1. Kepala Bidang Keperawatan dan Kebidanan RSUD Waikabubak;
2. Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang;
3. Arsip.

Lampiran 6 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SUMBA BARAT
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH WAIKABUBAK
JL. Adyaksa KM 3 - Waikabubak - Provinsi Nusa Tenggara Timur
Telp./Fax (0387) 21701 email : rsudwkb@gmail.com



SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

NOMOR : P. 351 /RSUD.445/53.12/06/2024

Yang bertandatangan dibawah ini :
Nama : dr. Japendi R.P.Saragih, Sp.A.,M.Biomed
NIP : 19761113 200501 1 005
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina – IV/a
Jabatan : Direktur
Unit Kerja : RSUD Waikabubak

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa:
Nama : Ferdinandus Kaleka Bili
NIM : PO5303212210292
Pekerjaan : Mahasiswa
Jurusan / Prodi : Keperawatan
Universitas : Poltekkes Kemenkes Kupang Prodi keperawatan
Waikabubak

Benar bahwa yang bersangkutan telah selesai melakukan Penelitian " Implementasi terapi relaksasi napas dalam pada pasien PPOK dengan kecemasan di Ruang Anak RSUD Waikabubak Terhitung sejak tanggal 16 – 18 Mei 2024.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Waikabubak, 11 Juni 2024

 **DIREKTUR RSUD WAIKABUBAK,**

dr.JAPENDI. R. P. SARAGIH, Sp.A.,M.Biomed
PEMBINA - IV /a
NIP.19761113 200501 1 005

Lampiran 7 Lembar Konsultasi Proposal Karya Tulis Ilmiah

BUKU KONSULTASI
KARYA TULIS ILMIAH



NAMA MAHASISWA : Ferdinandus Kalika Bili
NIM : 19020212210294
JUDUL KTI : Implementasi terapi relaksasi
napas dalam Pada Bowen Prok
dengan kepatenan di ruang internal
RUP Waikabubak Kab. Sumba Barat.

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI KEPERAWATAN WAIKABUABAK

2024

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

No	Hari/tanggal	Materi konsultasi	Saran yang diberikan	Nama dan paraf pembimbing
1	Jumat. 29-12-2023	Konsul Judul	Perbaikan Judul	
2	Sabtu. 30-12-2023	Konsul Judul	-ACC Judul - Lanjut BAB I	
3	Senin. 09-01-2024	-Konsul BAB I	-Perbaikan Dan Rapihan BAB I	
4	29 JANUARI 2024	-Konsul BAB 1.11	-Perbaikan BAB 1.11 -Sesuaikan dengan Buku Pedoman	
5	31 Januari 2024	-Konsul BAB 1.11	-Lanjutkan BAB 1.11	
6	5 Februari 2024	Konsul BAB BAB III	-Rapihan Dan Sesuaikan Buku Pedoman.	

7	12, Februari 2024	Konsul BAB III	-ACC BAB III -Perhatikan spasi dan tanda-tanda kaca	8
8	19, Februari 2024	Konsul I, II, III	-ACC BAB I, II, III -Lanjutan wian proposai.	8
9				
10				
11				
12				

Lampiran 8 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah

**BUKU KONSULTASI
KARYA TULIS ILMIAH**



Nama mahasiswa : Ferdinandus Kaleka Bili

Nim : PO5303212210292

Judul KTI : Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien PPOK
Dengan Kecemasan Di Ruang Interna Rsud Waikahubak Kabupaten Sumba Barat

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI KEPERAWATAN WAIKABUBAK**

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

NO	Hari/tanggal	Materi konsultasi	Saran yang diberikan	Nama & paraf pembimbing
1.	11 Juni 2024	konsul BAB 4	Perbaikan BAB 4	
2.	13 Juni 2024	konsul BAB 4	Perbaiki sis- tematika penulisan	
3.	14 Juni 2024	konsul BAB 4	Perbaiki ta- bel-tabel	
4.	15 Juni 2024	konsul BAB 4	Perbaiki BAB 4	
5.	17 Juni 2024	konsul BAB 4 dan BAB 5	Lengkapi pe- mbahasan, perbaiki BAB 5	
6.	18 Juni 2024	konsul BAB 4 dan BAB 5	Perbaiki BAB 5	
7.				

	19 Juni 2024	Konsul BAB I sampai BAB 5	lengkapi	8
8.	20 Juni 2024	Konsul BAB I. BAB 5	Acc lanjut ujian	8
9.				
10.				
11.				
12.				

13.				
14.				
15.				
16.				

Unit litbang prodi keperawatan walkabubak

Catatan:

1. Mahasiswa diwajibkan berkonsultasi/mendapat bimbingan, selanjutnya pembimbing berhak memberikan ujian proposal sebelum pelaksanaan Ujian Karya Tulis Ilmiah
2. Mahasiswa dinyatakan siap melaksanakan seminar proposal/ Ujian Karya Tulis Ilmiah, setelah mendapat persetujuan dari pembimbing Karya Tulis Ilmiah

1. Lampiran 9 Format Pengkajian Jiwa

FORMULIR PENGKAJIAN KEPERAWATAN KESEHATAN JIWA

RUANGAN RAWAT _____ TANGGAL DIRAWAT _____

I. IDENTITAS KLIEN

Inisial : _____ (L/P) Tanggal Pengkajian : _____

Umur : _____ RM No. : _____

Informan : _____

II. ALASAN MASUK

III. FAKTOR PREDISPOSISI

1. Pernah mengalami gangguan jiwa di masa lalu ? ☐ Ya
Tidak ☐

2. Pengobatan sebelumnya. ☐ Berhasil ☐ kurang berhasil
tidak berhasil ☐

3.

	Pelaku/Usia	Korban/Usia	Saksi/Usia
--	-------------	-------------	------------

Aniaya fisik

--	--

--	--

--	--

Aniaya seksual

--	--

--	--

--	--

Penolakan

--	--

--	--

--	--

Kekerasan dalam keluarga

--	--

--	--

--	--

Tindakan kriminal

--	--

--	--

--	--

Jelaskan No. 1, 2, 3 :

Masalah Keperawatan : _____

4. Adakah anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa
Tidak

☐☐

Ya

Hubungan keluarga Gejala Riwayat pengobatan/perawatan

_____	_____	_____

_____	_____	_____

Masalah Keperawatan :

5. Pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan

Masalah Keperawatan

IV. FISIK

1. Tanda vital : TD : _____ N : _____ S : _____ P : _____

2. Ukur : TB : _____ BB : _____

3. Keluhan fisik : ☐ Ya ☐ Tidak

Jelaskan :

Masalah keperawatan :

V. PSIKOSOSIAL

1. Genogram

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

2. Konsep diri

a Gambaran diri :

b. Identitas :

c. Peran :

d. Ideal diri :

e. Harga diri :

Masalah Keperawatan :

3. Hubungan Sosial

a. Orang yang berarti :

b. Peran serta dalam kegiatan kelompok / masyarakat :

c. Hambatan dalam berhubungan dengan orang Lain :

Masalah keperawatan:

4. Spiritual

a. Nilai dan keyakinan :

b. Kegiatan ibadah :

Masalah Keperawatan _____

VI. STATUS MENTAL

1. Penampilan

Tidak ☐ pi Pen ☐ naan pakaian Cara ☐ rpakaian tidak seperti
tidak sesuai biasanya
Jelaskan : _____

Masalah Keperawatan : _____

2. Pembicaraan

=Ce ☐ Kera ☐ Gag ☐ Inko ☐ en

Apa ☐ Lam ☐ ☐ Membisu ☐ Tidak mampu
memulai
pembicaraan
Jelaskan : _____

Masalah Keperawatan : _____

3. Aktivitas Motorik:

Lesu ☐ Tega ☐ Geli ☐ ☐ Agitasi

Tik ☐ Grimasen ☐ Tremor ☐ Kompulsif ☐
Jelaskan : _____

Masalah Keperawatan : _____

4. Alam perasaan

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Sedih Ketakutan Putus asa Khawatir Gembira berlebihan

Jelaskan :

Masalah Keperawatan : _____

5. Afek

Data ☐ Turun ☐ ☐ Labil ☐ Tidak sesuai

Jelaskan :

Masalah Keperawatan : _____

6. Interaksi selama wawancara

berminat ☐ Tidak kooperatif ☐ Mudah tersinggung ☐

Kontak mata (-) ☐ Defensif ☐ Curiga ☐

Jelaskan :

Masalah Keperawatan : _____

7. Persepsi

Penghargaan ☐ Pelecehan ☐ Perasaan ☐
Pengecapan ☐ Penghidu ☐

Jelaskan :

Masalah Keperawatan : _____

8. Proses Pikir

sirkulasi

transisi

kegiatan asosiasi

flight of idea

blocking

pengulangan pembicaraan/perseverasi

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

9. Isi Pikir

Obsesi

Fobia

Hipochondria

depersonalisasi

ide yang terkait

pikiran magis

Waham

Agresi

Sekuitik

Kebesaran

Curiga

nihilistik
pikir

sisip pikir

Sialistik

Kontrol

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

10. Tingkat kesadaran

bing ☐

☐ sedasi

☐ stupor

Disorientasi

wak ☐

tempat
☐

orang
☐

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

11. Memori

Gan ☐ an daya ingat jangka panjang

☐ gangguan daya ingat jangka pendek

gangguan daya ingat saat ini
☐

☐ konfabulasi

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

12. Tingkat konsentrasi dan berhitung

mud ☐ beralih
sederhana

tid ☐ mampu konsentrasi

Tidak mampu berhitung
☐

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

13. Kemampuan penilaian

Gangguan ringan

gangguan bermakna

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

14. Daya tilik diri

men ☐ gkari penyakit yang diderita ☐ menyalahkan hal-hal diluar dirinya

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

VII. Kebutuhan Persiapan Pulang

1. Makan

Ban ☐ minimal ☐ Bantuan total

2. BAB/BAK

Ban ☐ minimal ☐ Bantual total

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

3. Mandi

Ban ☐ minimal ☐ Bantuan total

4. Berpakaian/berhias

Ban ☐ minimal ☐ Bantual total

5. Istirahat dan tidur

☐

Tidur siang lama :s/d.....

☐ Tidur malam lama :s/d.....

☐ Kegiatan sebelum / sesudah tidur

6. Penggunaan obat

Ban ☐ minimal

☐ Bantual total

7. Pemeliharaan Kesehatan

Perawatan lanjutan ☐ Ya ☐ tidak

Perawatan pendukung ☐ Ya ☐ tidak

8. Kegiatan di dalam rumah

Mempersiapkan makanan ☐ Ya ☐ tidak

Menjaga kerapihan rumah ☐ Ya ☐ tidak

Mencuci pakaian ☐ Ya ☐ tidak

Pengaturan keuangan ☐ Ya ☐ tidak

9. Kegiatan di luar rumah

Belanja ☐ Ya ☐ Tidak

Transportasi ☐ Ya ☐ Tidak

Lain-lain ☐ Ya ☐ Tidak

Jelaskan :

Masalah Keperawatan :

VIII. Mekanisme Koping

Adaptif

Maladaptif

Bicara ☐ dengan orang lain

☐ Minum alkohol

Man ☐ menyelesaikan masalah

☐ Reaksi lambat/berlebih

Tekn ☐ relaksasi

☐ bekerja berlebihan

Akti ☐ s konstruktif

men ☐ hadar

Olah ☐ a

☐ mencederai diri

☐

☐

Lainnya _____

lainnya : _____

Masalah Keperawatan :

IX. Masalah Psikososial dan Lingkungan:

Mas ☐ dengan dukungan kelompok, spesifik

— ☐
Masalah berhubungan dengan lingkungan, spesifik

— ☐
Mas ☐ dengan pendidikan, spesifik

— ☐
Masalah dengan pekerjaan, spesifik

— ☐
Mas ☐ dengan perumahan, spesifik

— ☐
Masalah ekonomi, spesifik

— ☐
Mas ☐ dengan pelayanan kesehatan, spesifik

— ☐

Masalah lainnya, spesifik

Masalah Keperawatan :

SOP TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM

 PRODI D-III KEPERAWATAN WAIKABUBAK POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG	TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
NAMA SOP	PROSEDUR TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
PENGERTIAN	Terapi yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan, ketegangan otot, atau nyeri.
TUJUAN	Untuk mengurangi kecemasan
ALAT DAN BAHAN	-

PROSEDUR

FLOWCHART	KEGIATAN
TAHAP PRA INTERAKSI  TAHAP ORIENTASI  TAHAP KERJA 	1. Mahasiswa menyiapkan diri 2. Membaca instruksi tindakan yang akan dilakukan 3. Menyiapkan alat dan bahan 1. Menyiapkan pasien a. Salam b. Kontrak : pengenalan (identifikasi pasien menggunakan nama, no RM dan tanggal lahir) c. Beritahu dan jelaskan pada pasien dan keluarganya mengenai tujuan dan prosedur yang akan dilakukan d. Kontrak waktu e. Berikan kesempatan pasien untuk bertanya f. Menjaga privacy pasien 2. Prosedur kerja a. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah b. Pasang sarung tangan, jika perlu c. Tempatkan pasien ditempat yang tenang dan nyaman d. Ciptakan lingkungan yang tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan e. Berikan posisi yang nyaman (misal dengan duduk bersandar atauu tidur) f. Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi g. Latih melakukan teknik napas dalam: 1) Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh

TAHAP TERMINASI TAHAP DOKUMENTASI	2) Ajarkan melakukan inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara perlahan 3) Ajarkan melakukan ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu secara perlahan 4) Demostrasikan menarik napas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik 5) Rapikan paien dan alat-alat yang digunakan 6) Lepaskan sarung tangan 7) Lakukan kebersihan tangan 6 langkah 3. Tahap Terminasi a. Kaji respon klien selama pemberian dan sesudah tindakan b. Bereskan alat-alat dan simpan ketempat semula c. Mengakhiri komunikasi 4. Tahap Dokumentasi a. Mencatat hari, tanggal, bulan, tahun dan jam dilakukan tindakan b. Tindakan yang dilakukan dan hasil dari tindakan tersebut c. Respon klien selama tindakan dan sesudah tindakan d. Nama dan tanda tangan perawat
---	--

Lampiran 1 Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)

Hamilton Anxiety Rating Scale

(HARS)

Nama mahasiswa : Ferdinandus Kaleka Bili

Nomor absen : 12

Umur mahasiswa : 22 Tahun

Jenis kelamin : Laki - Laki

Tanggal pemberian : 16 mei 2024 – 18 mei 2024

Skor 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Total skor: kurang dari 14 = tidak mengalami kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan sangat berat

Pasien 1

Berikut tanda checklist (v) pada kolom skor sesuai dengan jawaban yang anda berikan!

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1.	Perasaan ansietas (cemas):					
	a. Cemas ✓				✓	
	b. Firasat buruk					
	c. Takut akan kepikiran ✓				✓	
	d. Mudah tersinggung					
2.	Keterangan:					
	a. Merasa tegang ✓					
	b. Lesu					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	c. Tak bisa istirahat tenang✓		✓			
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gemetar					
	g. Gelisah ✓				✓	
3.	Ketakutan:					
	a. Takut pada gelap					
	b. Takut pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri					
	d. Takut pada binatang besar					
	e. Takut pada keramaian lalu lintas					
	f. Takut pada kerumunan banyak orang					
4.	Gangguan tidur:					
	a. Sulit tidur✓		✓			
	b. Terbangun malam hari✓		✓			
	c. Tidur tidak nyenyak✓		✓			
	d. Bangun dengan lesu					
	e. Banyak mengalami mimpi-mimpi					
	f. Mimpi buruk					
	g. Mimpi menakutkan					
5.	Gangguan kecerdasan:					
	a. Sulit konsentrasi✓		✓			
	b. Daya ingat buruk✓		✓			
6.	Perasaan depresi:					
	a. Hilangnya minat					
	b. Berkurangnya kesenangan pada hobi					
	c. Sedih✓			✓		
	d. Bangun dini hari					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	e. Perasaan berubah-ubah sepanjang hari✓					
7.	Gejala somatic (otot):					
	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Kedutaan otot					
	d. Gigi gemerutuk					
	e. Suara tidak stabil					
8.	Gejala somatic (sensori):					
	a. Tinnitus					
	b. Penglihatan kabur✓					
	c. Muka merah atau pucat✓		✓			
	d. Merasa lemah✓			✓		
	e. Perasaan ditusuk-tusuk					
9.	Gejala kardiovaskular:					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi mengeras					
	e. Perasaan lesu/lemas seperti akan pingsan					
	f. Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10.	Gejala respiratori:					
	a. Merasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Perasaan tercekik					
	c. Sering menarik napas					
	d. Napas pendek atau sesak					

11.	Gejala pencernaan:					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	a. Sulit menelan					
	b. Perut melilit					
	c. Gangguan pencernaan					
	d. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	e. Perasaan terbakar diperut					
	f. Rasa penuh dan kembung					
	g. Mual					
	h. Muntah					
	i. Buang air besar lembek					
	j. Kehilangan berat badan					
	k. Sukar buang air besar					
12.	Gejala urogenital:					
	a. Sering buang air kecil✓					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
	c. Amenorrhoea (tidak menstruasi pada perempuan)					
	d. Menorrhagia (keluar darah banyak ketika menstruasi pada perempuan)					
	e. Menjadi dingin (frigid)					
	f. Ejekulasi praecoeks					
	g. Ereksi hilang					
	h. Impotensi					
13.	Gejala atonom:					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah✓		✓			
	c. Mudah keringat✓			✓		
	d. Pusing, sakit kepala✓					
	e. Bulu-bulu berdiri					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
14.	Tingkah laku pada wawancara:					
	a. Gelisah ✓				✓	
	b. Tidak tenang ✓			✓		
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kering					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Napas pendek dan cepat					
	h. Muka merah ✓		✓			
Total		0	9	4	4	
Grand total		17				

Pasien 2

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1.	Perasaan ansietas (cemas):					
	e. Cemas ✓				✓	
	f. Firasat buruk					
	g. Takut akan kepikiran ✓				✓	
	h. Mudah tersinggung					
2.	Keterangan:					
	h. Merasa tegang ✓					
	i. Lesu					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	j. Tak bisa istirahat tenang ✓		✓			
	k. Mudah terkejut					
	l. Mudah menangis					
	m. Gemetar					
	n. Gelisah ✓				✓	
3.	Ketakutan:					
	g. Takut pada gelap					
	h. Takut pada orang asing					
	i. Takut ditinggal sendiri					
	j. Takut pada binatang besar					
	k. Takut pada keramaian lalu lintas					
	l. Takut pada kerumunan banyak orang					

4.	Gangguan tidur:					
	h. Sulit tidur✓		✓			
	i. Terbangun malam hari✓		✓			
	j. Tidur tidak nyenyak✓		✓			
	k. Bangun dengan lesu					
	l. Banyak mengalami mimpi-mimpi					
	m. Mimpi buruk					
	n. Mimpi menakutkan					
5.	Gangguan kecerdasan:					
	c. Sulit konsentrasi✓		✓			
	d. Daya ingat buruk✓		✓			
6.	Perasaan depresi:					
	f. Hilangnya minat					
	g. Berkurangnya kesenangan pada hobi					
	h. Sedih✓			✓		
	i. Bangun dini hari					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	j. Perasaan berubah-ubah sepanjang hari✓					
7.	Gejala somatic (otot):					
	f. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	g. Kaku					
	h. Kedutaan otot					
	i. Gigi gemerutuk					
	j. Suara tidak stabil					
8.	Gejala somatic (sensori):					
	f. Tinnitus					
	g. Penglihatan kabur✓					

	h. Muka merah atau pucat✓		✓			
	i. Merasa lemah✓			✓		
	j. Perasaan ditusuk-tusuk					
9.	Gejala kardiovaskular:					
	g. Takhikardia					
	h. Berdebar					
	i. Nyeri di dada					
	j. Denyut nadi mengeras					
	k. Perasaan lesu/lemas seperti akan pingsan					
	l. Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10.	Gejala respiratori:					
	e. Merasa tertekan atau sempit di dada					
	f. Perasaan tercekik					
	g. Sering menarik napas				✓	
	h. Napas pendek atau sesak				✓	
11.	Gejala pencernaan:					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	l. Sulit menelan					
	m. Perut melilit					
	n. Gangguan pencernaan					
	o. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	p. Perasaan terbakar diperut					
	q. Rasa penuh dan kembung					
	r. Mual					
	s. Muntah					
	t. Buang air besar lembek					
	u. Kehilangan berat badan					
	v. Sukar buang air besar					

12.	Gejala urogenital:					
	i. Sering buang air kecil✓					
	j. Tidak dapat menahan air seni					
	k. Amenorrhoea (tidak menstruasi pada perempuan)					
	l. Menorrhagia (keluar darah banyak ketika menstruasi pada perempuan)					
	m. Menjadi dingin (frigid)					
	n. Ejekulasi praecocks					
	o. Ereksi hilang					
	p. Impotensi					
13.	Gejala atonom:					
	f. Mulut kering					
	g. Muka merah✓		✓			
	h. Mudah keringat✓			✓		
	i. Pusing, sakit kepala✓					
	j. Bulu-bulu berdiri					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
14.	Tingkah laku pada wawancara:					
	i. Gelisah ✓				✓	
	j. Tidak tenang✓			✓		
	k. Jari gemetar					
	l. Kerut kering					
	m. Muka tegang					
	n. Tonus otot meningkat					
	o. Napas pendek dan cepat					
	p. Muka merah✓		✓			
Total		0	9	4	6	
Grand total		19				

Lampiran 12 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Infomed Consent*)

Pasien 1

PERSETUJUAN MENJADI PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

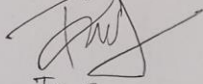
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Th.P
Umur : 57 Tahun
Jenis Kelamin : Laki-laki
Pekerjaan : Petani
Alamat : Katuna

Setelah mendapat keterangan secukupnya serta mengetahui manfaat dan resiko penelitian yang berjudul "Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien PPOK Dengan Kecemasan Di Ruang Interna RSUD Waikabubak" Menyatakan **SETUJU/TIDAK SETUJU** diikut sertakan dalam penelitian, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya jamin informasi yang saya berikan dijamin kerahasiaannya.

Waikabubak, 15 Mei . 2024

Responden


(.....Th.P.....)

Pasien 2

PERSETUJUAN MENJADI PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

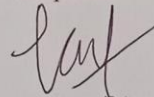
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NY. L
Umur : 79 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Pekerjaan : Petani
Alamat : BOKU SAPI

Setelah mendapat keterangan secukupnya serta mengetahui manfaat dan resiko penelitian yang berjudul "Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien PPOK Dengan Kecemasan Di Ruang Interna RSUD Waikabubak" Menyatakan **SETUJU/TIDAK SETUJU** diikut sertakan dalam penelitian, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya jamin informasi yang saya berikan dijamin kerahasiaannya.

Waikabubak, 18 Mei 2024

Responden



(LIDIA L. DAPPA.)

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)
TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM
DI RUANG INTERNA RSUD WAIKABUBAK**



**DISUSUN OLEH :
FERDINANDUS KALEKA BILI
NIM : PO5303212210291**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK**

2024

SATUAN ACARA PENYULUHAN

1. Topik / masalah : Teknik Relaksasi Napas Dalam
 2. Tempat : Ruangan Interna RSUD Waikabubak
 3. Hari/Tanggal : Kamis 16 Mei 2024
 4. Waktu : 10.30 – 11.00 WIB
 5. Sasaran : 2 Pasien PPOK dengan Kecemasan dan keluarga
-

A. Pendahuluan

Oksigen memegang peran penting dalam semua proses tubuh secara fungsional. Tidak adanya oksigen akan menyebabkan tubuh, mengalami kemunduran atau bahkan dapat menimbulkan kematian. Oleh karena itu, kebutuhan oksigen merupakan kebutuhan yang sangat utama dan sangat vital bagi tubuh. Pemenuhan kebutuhan oksigen ini tidak terlepas dari kondisi sistem pernapasan secara fungsional. Bila ada gangguan pada salah satu organ sistem respirasi, maka kebutuhan oksigen akan mengalami gangguan banyak kondisi yang menyebabkan seseorang mengalami gangguan dalam pemenuhan kebutuhan oksigen, seperti adanya sumbatan pada saluran pernapasan. Masalah kebutuhan oksigen merupakan masalah utama dalam pemenuhan kebutuhan dasar manusia. Pemenuh kebutuhan oksigen adalah bagian dari kebutuhan fisiologis menurut hierarki Maslow.

Perawat mempunyai peran yang penting dalam pemenuhan kebutuhan oksigen dan cara mengatasi masalah atau gangguan dalam pemenuhan kebutuhan oksigen tersebut. Oleh karena itu, perawat harus memahami konsep kebutuhan oksigen. Dalam makalah ini kami menyajikan materi mengenai beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam mengatasi masalah pemenuhan kebutuhan oksigen bagi manusia.

B. Tujuan

Tujuan Umum

Setelah dilakukan penyuluhan diharapkan sasaran mampu mengetahui dan melakukan tentang Teknik Relaksasi Napas Dalam

Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan pasien dan keluarga mampu :

- 1 Menyebutkan pengertian teknik relaksasi napas dalam.
- 2 Menyebutkan jenis-jenis teknik relaksasi napas dalam

- 3 Menyebutkan tujuan relaksasi napas dalam
- 4 Menjelaskan penatalaksanaan relaksasi napas dalam

Materi, Terlampir, Metod, Ceramah, Tanya jawab, Leaflet, Strategi

- 1 Kontrak dengan pasien dan keluarga (waktu, tempat, topik)
- 2 Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti.
- 3 Dengan tanya jawab langsung.

C. Proses Penyuluhan

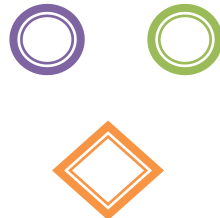
NO	KEGIATAN	WAKTU	PENYAJI	SASARAN
1	Pembukaan	5 menit	Mengucapkan salam Memperkenalkan diri	Membalas salam, Memperhatikan dan mendengarkan
2	Penyajian bahan tentang: - Menjelaskan pengertian teknik relaksasi napas dalam - Menjelaskan tujuan relaksasi napas dalam - Menjelaskan manfaat relaksasi napas dalam - Menjelaskan penatalaksanaan relaksasi napas dalam.	20 menit	1 Menjelaskan pengertian teknik relaksasi napas dalam 2 Menjelaskan tujuan relaksasi napas dalam 3 Menjelaskan manfaat relaksasi napas dalam 4 Menjelaskan penatalaksanaan relaksasi napas dalam.	Mendengarkan Mempraktekkan
3	Evaluasi	15 menit	Memberi kesempatan kepada peserta untuk bertanya untuk mengevaluasi peserta, apakah peserta dapat menjelaskan kembali materi penkes dengan bertanya Menyimpulkan kembali materi yang disajikan Diharapkan 30% memahami materi	
4	Penutup	5 menit	Penyaji mengucapkan terima kasih, mengucapkan salam penutup	Menjawab salam

D. Pengorganisasian

Presenter : Ferdinandus kaleka Bili

Observer : -

E. Setting Tempat



F. Keterangan :



: klien



: perawat



: keluarga

Evaluasi

1 Proses :

- a Penyuluhan berjalan lancar.
- b Audiens tidak meninggalkan proses penyuluhan

2 Hasil :

- a audiens dapat menjelaskan pengertian relaksasi napas dalam
- b audiens dapat menjelaskan tujuan relaksasi napas dalam
- c audiens dapat menjelaskan manfaat relaksasi napas dalam
- d audiens dapat menjelaskan 4-5 dari semua langkah relaks

MATERI

A. Pengertian

Teknik relaksasi napas dalam merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan napas dalam, napas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan napas secara perlahan, Selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi napas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah.

Relaksasi merupakan metode yang efektif terutama pada pasien yang mengalami nyeri kronis. Latihan pernapasan dan teknik relaksasi menurunkan konsumsi oksigen, frekuensi pernapasan, frekuensi jantung, dan ketegangan otot, yang menghentikan siklus nyeri-ansietas-ketegangan otot. Relaksasi merupakan metode efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada klien yang mengalami nyeri kronis. Relaksasi sempurna dapat mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh dan kecemasan sehingga mencegah menghebatnya stimulus nyeri.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa relaksasi merupakan metode efektif untuk menurunkan nyeri yang merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan dengan mekanismenya yang menghentikan siklus nyeri.

B. Tujuan napas dalam

Smeltzer & bare menyatakan bahwa tujuan teknik relaksasi napas dalam adalah untuk meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasis paru, meningkatkan efisiensi batuk, mengurangi stres baik stres fisik maupun emosional yaitumenurunkan intensitas nyeri dan menurunkan kecemasan.

C. Manfaat relaksasi napas dalam

- 1 Membuat lebih mampu menghindari stress
- 2 Mengurangi bahkan mengatasi masalah yang berhubungan dengan stress seperti: sakit kepala, pusing, sulit tidur, hipertensi, mual, muntah, nyeri punggung dan nyeri lainnya.
- 3 Menurunkan dan mengatasi kecemasan
- 4 Membantu menyembuhkan penyakit tertentu seperti darah tinggi dsb
- 5 Meningkatkan penampilan kerja dan social

D. Penatalaksanaan Teknik relaksasi napas dalam

1. Cuci tangan
2. Jelaskan prosedur yang akan kita lakukan pada pasien.
3. Ciptakan lingkungan yang tenang
4. Usahakan tetap rileks dan tenang
5. Menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3
6. Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstremitas atas dan bawah rileks
7. Anjurkan bernapas dengan irama normal 3 kali
8. Menarik napas lagi melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut secara perlahan-lahan
9. Membiarkan telapak tangan dan kaki rileks
10. Usahakan agar tetap konsentrasi / mata sambil terpejam
11. Pada saat konsentrasi pusatkan pada daerah yang nyeri
12. Anjurkan untuk mengulangi prosedur hingga nyeri terasa berkurang
13. Ulangi sampai 15 kali, dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali.
14. Lakukan evaluasi
15. Cuci tangan

Lampiran 14 leaflet

**TEKNIK RELAKSASI NAPAS
DALAM PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN
KECEMASAN**



Oleh
FERDINANDUS KALEKABILI
P05303212210292

POLTEKKES KEMENKES KUPANG
PRODI D-III KEPERAWATAN WAIKABUBAK
T.A 2024

Pengertian!

Latihan napas dalam adalah cara bernapas yang efektif, menarik napas melalui hidung dan menghembuskan napas lewat mulut dengan lambat dan rileks. Memberikan rasa nyaman kepada pasien yang mengalami kecemasan, khawatir, gelisah, dan tekanan darah tinggi dengan membimbing pasien untuk melakukan teknik relaksasi napas dalam.



Tujuan:

1. Meningkatkan aliran udara dan oksigen dalam darah
2. Menurunkan tekanan darah
3. Mengurangi kecemasan
4. Meningkatkan kualitas tidur
5. Mengurangi rasa nyeri

Teknik Relaksasi Napas Dalam:

1. Posisi duduk, setengah duduk atau berbaring.
2. Letakkan kedua telapak tangan berhadapan satu sama lain, dibawah dan sepanjang batas bawah tulang rusuk depan. Letakkan ujung jari tengah kedua telapak tangan saling bersentuhan.



Lampiran 15Dokumentasi Pelaksanaan Studi Kasus

**Dokumentasi
Pasien 1**



Pasien 2

